

<https://helda.helsinki.fi>

Asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkinen hinta :
Sijaistraumatisoitumisen ehkäisy kuormittavissa tulkkaustilanteissa

Määttä, Simo Kalervo

2019

Määttä , S K , Ylikomi , R & Puumala , E 2019 , ' Asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkinen hinta : Sijaistraumatisoitumisen ehkäisy kuormittavissa tulkkaustilanteissa ' , MikaEL Kääntämisen ja tulkkauksen tutkimuksen symposiumin verkkojulkaisu , Vuosikerta. 12 , Sivut 195-209 .

<http://hdl.handle.net/10138/301338>

unspecified
publishedVersion

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository.

This is an electronic reprint of the original article.

This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version.

Asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkinen hinta: sijaistraumatisoitumisen ehkäisy kuormittavissa tulkkaustilanteissa

Simo Määttä, Helsingin yliopisto
Riitta Ylikomi, Tampereen yliopisto
Eeva Puumala, Tampereen yliopisto

Abstract

This paper examines the prevention of vicarious traumatization in psychologically challenging situations that may occur in community and legal interpreting. The paper is based on a workshop organized at the XVI KäTu Symposium on Translation and Interpreting Studies at the University of Turku in April 2018. First, a brief overview of existing literature on psychological stress in community and legal interpreting is presented. Second, three cases representing psychologically difficult interpreter-mediated encounters are analysed. Third, the paper discusses the psychophysical background of traumatization and vicarious traumatization, as well as the role of empathy and agency in vicarious traumatization. To conclude, the paper lists techniques to prevent vicarious traumatization and argues that more interdisciplinary research is needed on psychological stress, compassion fatigue, and vicarious traumatization among community and legal interpreters.

Keywords: Community interpreting, Legal interpreting, Vicarious traumatization, Empathy, Stress

Asiasanat: Asioimistulkkaus, oikeustulkkaus, sijaistraumatisoituminen, empatia, stressi

1 Johdanto

Tämä kirjoitus pohjautuu vuoden 2018 KäTu- symposiumissa järjestettyyn työpajaan, jonka aiheena oli asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkinen hinta. Työpajan suunnittelivat Simo Määttä, Hanna-Mari Kolistaja, Riitta Ylikomi ja Eeva Puumala. Työpajan tarkoituksena oli lisätä tietämystä asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkisestä kuormittavuudesta ja antaa aineksia pohdintaan ja konkreettisiin toimiin tulkkauksen stressaavuuden lievittämiseksi ja erityisesti tulkkien sijaistraumatisoitumisen ehkäisemiseksi. Tällä kirjoituksella on samat tavoitteet, ja teksti on pyritty järjestämään niin, että siinä esitetyt ajatukset avautuisivat mahdollisimman helposti. Siksi kirjoituksessamme ei noudateta tieteellisen tekstin tavanomaista esittämisyjärjestystä.

Tämän luvun seuraavissa alaluvuissa erittelemme tulkkauksen psyykkisiä kuormitus-tekijöitä ja aihetta käsittelevää tulkkauksen tutkimusta. Toisessa luvussa kerromme yksityiskohtaisesti KäTu-symposiumissa järjestetystä työpajasta ja siinä käsitellyistä kolmesta esimerkkitapauksesta sekä tapausten osallistujissa herättämistä ajatuksista.

*Ritva Hartama-Heinonen, Marja Kivilehto, Minna Kujamäki & Katja Vuokko (toim./red./eds) 2019
MikaEL*

*Kääntämisen ja tulkkauksen tutkimuksen symposiumin verkkojulkaisu, vol. 12, s. 195–209
Nätpublicktion för Symposiet om forskning i översättning och tolkning KäTu, vol. 12, s. 195–209
Electronic Journal of the KäTu Symposium on Translation and Interpreting Studies, Vol. 12, p. 195–209*

Kolmannessa luvussa käsittelemme tarkemmin tulkkauksen psyykkisen kuormittavuuden taustatekijöitä. Luvussa eritellään ensin traumatisoitumisen ja sijaistraumatisoitumisen psykofyysistä taustaa ja käsitellään sen jälkeen sijaistraumatisoitumisen ehkäisemistä sekä yleisellä tasolla että erityisesti asioimis- ja oikeustulkkauksen kannalta. Lopuksi pohdimme tapoja lisätä tietoisuutta tulkkauksen psyykkisestä kuormittavuudesta ja ottaa käyttöön sijaistraumatisoitumisen ehkäisemistä tukevia keinoja.

1.1 Asioimis- ja oikeustulkkauksen stressitekijöiden erittelyä

Asioimis- ja oikeustulkkiin työ on monella tapaa psyykkisesti kuormittavaa. Tulkkaus on kielellisesti vaativaa, sillä tulkin on hallittava monen erityisalan sanasto ja kielenkäyttötavat kahdella tai useammalla kielellä. Työn pirstaleisuus edellyttää nopeaa sopeutumista muuttuviin tilanteisiin: saman työpäivän aikana voi olla usean erityisalan tulkaustilanteita eri puolilla paikkakuntaa. Väliin voi mahtua myös puhelin- tai videotulkausta, joissa teknologiset ongelmat ja vaikeudet kontaktin luomisessa asiakkaaseen ovat tavalisia. Tulkin ammatille ominainen palkkauskäytäntöjen kirjavuus ja epävarmuus toimeksiantojen määrästä lisäävät osaltaan työn stressaavuutta.

Erityistä stressiä tulkeille aiheuttaa tulkaustilanteiden psykologinen luonne. Tulkkia tarvitseva vieraskielinen asiakas on usein vaikeassa elämäntilanteessa, ja tulkaustilanteen osanottajien välillä voi olla voimakkaita jännitteitä. Näin on laita esimerkiksi lasten huoltajuuteen liittyvissä kiistoissa ja oikeuden istunnoissa. Haastavimpia lienevät tapaukset, joissa vieraskielinen asiakas on psyykkisesti sairastunut tai muuten ahdistavassa elämäntilanteessa tai joissa puhutaan tulkattavan tai hänen lähipiirinsä traumaattisista kokemuksista. Esimerkkejä psyykkisesti kuormittavimmista tulkaustilanteista ja -aiheista ovat psykoterapia, väkivaltarikokset, itsetuhoisuus, parantumaton sairaus sekä kidutuksen ja vainon kokemukset.

Tulkeilla ei useinkaan ole kiinteää työyhteisöä, mikä korostaa raskaiden tulkaustilanteiden aiheuttamia ongelmia. Lisäksi salassapitosäännökset (SKTL 2013 ja 2016; Hallintolaki 13 §) vaikeuttavat psyykkisen stressin purkamista yhdessä työtovereiden kanssa, eikä työnohjausta järjestetä tulkkiin mielestä tarpeeksi (Määttä 2017).

1.2 Aiempi tutkimus asioimis- ja oikeustulkkiin psyykkisestä kuormituksesta

Asioimis- ja oikeustulkkauksen psyykkistä kuormittavuutta ovat viittomakielten osalta eritelleet esimerkiksi Wessling ja Shaw (2014) ja puhuttujen kielten osalta Valero Garcés (2015). Tutkimuksissa on käsitelty paitsi psyykkistä stressiä yleisesti myös loppuun palamista ja sijaistraumatisoitumista, jolla tarkoitetaan ihmissuhdetyössä asiakkaan trauman siirtymistä työntekijään.

Kykyä käsitellä stressiä pidetään yhtenä tulkin tärkeimmistä ominaisuuksista kaikissa tulkkauksen lajeissa (Moser-Mercer 1985; Gile 1995). Tulkkauksen stressitekijöitä ovat muun muassa kiireen ja tarkkuusvaatimusten sekä ylipäättään kahden kielen yhtäaikaisen prosessoinnin aiheuttamat kuormittavuustekijät. Asioimis- ja oikeustulkkauksessa koros-

tuu erityisesti emotionaalinen stressi, sillä tulkkaustilanteissa käsitellään usein ihmiselämän vaikeimpia osa-alueita ja kokemuksia, kuten henkistä terveyttä, väkivaltaa ja sotaa. Tällaisiin aiheisiin liittyvän tulkkauksen onkin todettu aiheuttavan voimakasta stressiä ja mahdollisesti loppuun palamista ja sijaistraumatisoitumista (Shlesinger 2007; Bontempo ja Malcolm 2012). Sijaistraumatisoitumisen vaaran on todettu olevan erityisen suuri sotarikostuomioistuinten ja totuus- ja sovittelukomissioiden tulkeilla (Wiegand 2000; Ndongo-Keller 2015). Joissakin tutkimuksissa (esim. Westermeyer 1990) on havaittu, että psyykkisten ongelmien riski kasvaa, kun tulkit tulkkaavat oman etnisen ryhmänsä edustajille.

Myös ristiriitaisten odotusten tulkkia kohtaan on todettu lisäävän tulkkauksen kuormittavuutta ja loppuun palamisen riskiä (Pöchhacker 2000; Angelelli 2004; Morris 2011; Määttä 2014). Lisäksi tulkkaustilanteet voivat aiheuttaa eettistä stressiä eli oman moraalikäsityksen ja ammatillisen roolin välistä ristiriitaa silloin, kun tulkki kokee, ettei asiakasta kohdella oikein tai kun käsitellään lapsiin tai muihin haavoittuvassa asemassa oleviin ryhmiin kohdistuvaa väkivaltaa tai epäoikeudenmukaisuutta (Määttä, Kinnunen & Rautavuoma 2014: 95–96).

Psyykkinen stressi, loppuun palaminen ja sijaistraumatisoituminen siis kietoutuvat yhteen asioimis- ja oikeustulkkauksen kuormittavuutta koskevissa tutkimuksissa. Vaikka tutkimusta on runsaasti, ei siinä aina ole riittävästi huomioitu trauman syntymekanismeja ja tapaa, jolla trauma voi välittyä ihmiseltä toiselle empatian kautta. Trauman ja toimijuuden yhteys on myös jäänyt vähäiselle huomiolle. Näiden seikkojen ymmärtäminen on kuitenkin sijaistraumatisoitumisen ehkäisyn perusta ja keskeinen tekijä työhyvinvoinnin edistämisessä. Pyrimme osaltamme korjaamaan tätä puutetta kirjoituksellamme.

2 Psyykkisesti kuormittavien tapausesimerkkien käsittelyä

Tässä luvussa käsittelemme Turun KäTu-symposiumissa pidettyä työpajaa ”Asioimis- ja oikeustulkkauksen psykologinen hinta”. Kuvaamme ensin työpajan yleisrakenteen, minkä jälkeen esittelemme työpajassa analysoidut kolme esimerkkitapausta ja niiden herättämän keskustelun pääpiirteet.

2.1 KäTu-työpajan kuvaus

KäTu-työpajassa pyrittiin luomaan tila, jossa osallistujat voivat pohtia tulkkauksen psyykkistä kuormittavuutta omista näkökulmistaan, saada uusia näkökulmia ja harjaantua hahmottamaan omat rajansa. Tilan luomista pohjustettiin traumapsykoterapiaan ja työn-ohjaukseen erikoistuneen psykologi Riitta Ylikomin alustuksella. Alustuksessa eriteltiin sijaistraumatisoitumisen syntymekanismeja. Tavoitteena oli ymmärtää psyykkisen kuormittavuuden taustatekijöitä ja erityisesti traumatisoituneita tulkkausasiakkaita ja saada siten perusteita trauman ja kuormittavien tulkkaustilanteiden käsittelyyn. Tämän jälkeen käsiteltiin puhuttujen kielten tulkkaukseen liittyviä tapausesimerkkejä ensin ryhmissä ja lopuksi yhdessä koko työpajan kanssa. Lopuksi Riitta Ylikomi esitteli

sijaistraumatisoitumisen ehkäisemiskeinoja. Tässä luvussa keskitymme työpajan ryhmätöiden käsittelyyn. Trauman ja sijaistraumatisoitumisen syntyä, erityispiirteitä ja ehkäisyä käsitellään luvussa 3.

Ryhmätyöskentelyä varten työpajan osallistujat jaettiin 5–6 hengen ryhmiin siten, että kaikkiin ryhmiin pyrittiin valikoimaan sekä tutkijoita että tulkkauksen eri alojen ammattilaisia. Ryhmille nimettiin puheenjohtaja ja sihteeri, joiden tehtävänä oli huolehtia aikataulussa pysymisestä ja keskustelun tulosten muistiin merkitsemisestä työpajan yhteistä purkukeskustelua varten. Ryhmätöitä varten oli etukäteen valmisteltu kolme anonymisoitua esimerkkitapausta. Tapausten tarkastelu tehtiin tulkin ammatillisesta näkökulmasta. Puheenjohtajia ohjeistettiin käsittelemään tapaukset järjestelmällisesti niin, että ensin pohdittaisiin niiden aiheuttamia tunteita ja ajatuksia ja mahdollisia omia vastaavia kokemuksia. Toisessa vaiheessa ryhmien piti eritellä kuormitustekijöitä tilanteen rakenteen, osallistujien ja olosuhteiden näkökulmasta. Kolmanneksi ryhmiä ohjeistettiin tarkastelemaan tilanteen eri osapuolten odotuksia ja niiden toteutumista. Lopuksi piti miettiä vastaavien tilanteiden aiheuttamia fyysisiä ja psyykkisiä tuntemuksia sekä hyväksi havaittuja ja vähemmän toimivia keinoja kuormittavan tulkkaustilanteen ongelmien ratkaisemiseksi. Ryhmätöille oli varattu yhteensä 50 minuuttia, minkä jälkeen ne purettiin yhdessä tapaus kerrallaan.

Kussakin ryhmässä käsiteltiin kahta seuraavista tapauskuvauksista. Tapaukset pohjautuivat todellisuudessa tapahtuneisiin tilanteisiin, mutta niitä on mukautettu soveltuvien osin, jottei henkilöitä voisi tunnistaa. Tästä syystä tapauksissa ei eritellä käytettäviä kieliä, henkilöiden sukupuolta tai etnistä taustaa. Seuraavassa esittelemme kunkin tapauksen ja sen ryhmäläisissä herättämät ajatukset sekä lopuksi vielä keskustelun, joka käytiin kaikkien työpajan osallistujien kanssa.

2.2 Tapaus nro 1: kidutuskertomus sosiaalityöntekijän vastaanotolla

Asiayhteys: Sosiaalityöntekijän vastaanotolla on tarkoitus käsitellä asiakkaan toimeentulotuen laskemistapaa. Tapaamiseen osallistuvat asiakas, sosiaaliohjaaja, sosiaalityöntekijä ja johtava sosiaalityöntekijä.

Tapahtumakuvaus: Aluksi puhutaan tapaamisen varsinaisesta asiasta, eli siitä että asiakas ei ole tyytyväinen tapaan, jolla hänen toimeentulotukensa on laskettu. Asiakkaalle selitetään perustoimeentulotuen ja tarveharkintaisen tuen myöntämisen ja laskemisen perusteet. Asiakkaan on kuitenkin vaikea pitäytyä aiheessa, ja hän puhuu myös monista asioista, jotka eivät liity tapaamisen varsinaiseen aiheeseen tai ylipäättänsä sosiaalityöhön. Aluksi virkailijat pyrkivät palauttamaan keskustelun takaisin asiaan, mutta antavat vähitellen asiakkaan johtaa tilannetta. Välillä asiakas puhuu sekavasti, ja jossain vaiheessa hän alkaa kertoa hyvin yksityiskohtaisesti omasta ja perheensä kidutuskokemuksesta kotimaassa. Kidutustarina on erityisen raaka, ja asiakkaan oma sosiaalityöntekijä ja johtava sosiaalityöntekijä alkavat itkeä.

Tämän tapauksen kohdalla ryhmäkeskusteluissa nousi esiin tilanteen asiasisältöjen erityisen raskaus ja yllättävyys. Tulkin koettiin kuormittuvan, kun viranomainen antoi tilanteen ajautua pois hallinnastaan. Mainittiin myös, että tulkilla voi itsellään olla samankaltaisia kokemuksia, mikä saattaa vaikeuttaa vastaavissa tilanteissa toimimista. Purkukes-

kustelussa myös kulttuuri- ja persoonaserot sekä tulkkiin kohdistetut ristiriitaiset rooliodotukset nostettiin esille. Tilanteen eri osanottajilla voi olla erilaiset odotukset tilanteen kulusta ja eriävä näkemys tulkin roolista. Vieraskielinen asiakas voi esimerkiksi olettaa, että samaa kieltä puhuva tulkki toimii empaattisesti normaalin kanssaihmissen tavoin ja tarjoaa turvaa mahdollisesti myös tulkkaustilanteen päätyttyä. Pohdittiin myös sitä, voisiko kolmannen persoonan käyttö tulkkauksessa auttaa tulkkia saamaan enemmän etäisyyttä itkevään asiakkaaseen.¹

2.3 Tapaus nro 2: tulkki jätetään yksin itkevien asiakkaiden kanssa

Asiayhteys: Kyse on perheestä, joka on saapunut jokin aika sitten Suomeen kiintiöpakolaisina. Tulkki on kutsuttu hoitoneuvotteluun sairaalaan, jossa perheen lapsi on ollut tutkimuksissa muutama päivän. Neuvottelussa ovat mukana lääkäri, sairaanhoitaja, potilaan äiti ja sisaruksia.

Tapahetkimakuvaus: Perheen oman kielen tulkkia ei ole saatu paikalle, koska kieli on Suomessa erittäin harvinainen. Yksi perheen lapsista (n. 13-vuotias) tulkkaa jotenkuten tulkin käyttämän kielen ja perheen äidinkielen välillä. Lääkäri kertoo, että tutkimuksissa olleella lapsella on parantumaton sairaus, eikä mitään ole enää tehtävissä lapsen hyväksi. Jos hoito olisi aloitettu aiemmin, olisi jotain ehkä voitu tehdä. Lääkäri selittää erittäin lyhyesti, että lapselle on tehty tutkimuksia, eikä häntä voida parantaa vaan hän joutuu laitoshoitoon koko loppuelämäkseen. Kun perheenjäsenet kuulevat uutisen, he alkavat itkeä lohduttomasti. Äiti kysyy vielä, eikö mitään todellakaan voida tehdä. Lääkäri vastaa kieltävästi. Sairaanhoitaja sanoo: ”Kukahen tämän hoidon sitten maksaa?” Lääkäri ja sairaanhoitaja poistuvat huoneesta. Poistuessaan sairaanhoitaja sanoo tulkkille, että hän voi saada tulkkaustositteeseen allekirjoituksen ala-aulan vahtimestarilta. Tulkki jää yksin lohduttoman perheen kanssa.

Tähän tapaukseen todettiin liittyvän erittäin paljon kuormittavia tekijöitä. Tapauksen erityispiirteenä oli tuen tarpeen ja tuen puuttumisen välinen ristiriita. Merkittävä kuormitus lienee syntynyt releetulkkauksesta, jossa tulkkiparina käytettiin 13-vuotiasta lasta, joka ei kunnolla osannut tulkin käyttämää kieltä. Siten tulkillä ei voinut olla varmuutta lopullisen tulkkeen sisällöstä. Tulkin ajateltiin joutuneen pohtimaan, voiko tulkkauksesta kieltäytyä, koska tulkkipariksi oli osoitettu lapsi. Ylipäätään lasten läsnäolo näin vaikeita aihepiirejä käsiteltäessä on tulkkille vakava stressitekijä. Kuten edellä kuvatussa ensimmäisessä esimerkissä, myös tässä tapauksessa on vaarana liiallinen empatia ja ylenmääräinen samastuminen, joiden taustalla voivat olla tulkin omakohtaiset, samankaltaiset kokemukset ja mahdollinen halu auttaa asiakasta selviämään tilanteesta. Kuormittavaksi tekijäksi katsottiin tässä myös se, että tulkattavalla perheellä oli tilanteen kulusta voimakaat positiiviset odotukset, jotka eivät toteutuneet. Usein tulkeille ilmoitetaan etukäteen, mikäli tulkkaustilanteessa asiakkaalle kerrotaan vakavasta diagnoosista tai kuolemantapauksesta, mutta tässä tapauksessa moniammatillinen yhteistyö ei ollut toiminut. Tällaisessa tilanteessa myös viranomaisen saattaisi tarvita selvitystä tulkin roolista. Tulkki olisi

¹ Ensimmäisen persoonan käyttö on normi asioimis- ja oikeustulkkauksessa. Tutkimuskirjallisuudessa on kuitenkin runsaasti näyttöä sille, että tulkit käyttävät usein kolmatta persoonaa tai vuorottelevat ensimmäistä ja kolmatta persoonaa (Bot 2005). Joidenkin tutkijoiden mukaan ensimmäisen persoonan käyttö lisää psyykkisesti kuormittavan kielenkäytön vaikutusta tulkkiin (esim. Bontempo & Malcolm 2012), mutta asiasta ei ole uskottavaa tutkimusnäyttöä.

tarvinnut mahdollisuutta tilanteen purkamiseen, mutta sen sijaan hänet jätettiin yksin asiakasperheen kanssa.

2.4 Tapaus nro 3: asiakasta kohdellaan epäoikeudenmukaisesti

Asiayhteys: Kyse on poliisikuulustelun puhelintulkkauksesta, jossa turvapaikanhakija haluaa täydentää turvapaikkakertomustaan ja kertoa kokemastaan seksuaalisesta hyväksikäytöstä ja ihmis-kaupasta.

Tapahtumakuvaus: Kuulustelun aikana kuulustelija puhuu aggressiivisesti ja reagoi turvapaikanhakijan puheeseen negatiivisesti. Kuulustelijan asenne välittyy sekä hänen käyttämässään sanavalinnoissa, ivallisena äänensävyinä että asiakkaan jatkuvana keskeyttämisenä. Kuulustelun lopuksi pöytäkirja käydään läpi yhdessä turvapaikanhakijan kanssa. Asiakas esittää pöytäkirjaan korjauksia, sillä hänen mukaansa pöytäkirjassa esiintyy virheitä. Kuulustelija ei kuitenkaan suostu tekemään kuulusteltavan vaatimia ja osoittamia korjauksia, vaan väittää pöytäkirjan olevan oikein kirjattu. Kuulustelun päätyttyä, kun kuulusteltava on poistunut huoneesta, kuulustelija esittää tulkille epäasiallisia kommentteja kuulusteltavasta: hän haukkuu kuulusteltavan käyttämää murretta ja päivittelee sitä, kuinka tämä kehtasi tulla tuhlaamaan muiden aikaa ja valehtelemaan.

Kolmannessa tapauksessa stressin aiheuttajien todettiin olevan osittain samoja kuin kahdessa ensimmäisessä tapauksessa. Keskusteluissa nousivat voimakkaasti esiin vieras-kielisen asiakkaan oikeusturva, tulkin myötähäpeä viranomaisen käytöstä kohtaan ja kysymys siitä, missä määrin tulkki on vastuussa pöytäkirjaan jääneistä virheistä ja viranomaisen käytöksestä. Toisin sanoen kuvatus kaltaisen tilanne on omiaan aiheuttamaan voimakasta eettistä stressiä. Myös ristiriitaiset odotukset voivat vastaavassa tilanteessa aiheuttaa jännitettä: viranomainen saattaa esimerkiksi odottaa tulkilta hyväksyntää toimintatavalleen ja ajatella, että tulkki on hänen kanssaan ”samalla puolella”. Asiakas puolestaan saattaa odottaa, että tulkki puolustaa hänen etuaan ja vaatii korjausten toteuttamista. Erityisenä kuormitustekijänä on tulkkausten tapahtuminen puhelimitse, jolloin tulkki ei voi nähdä tilannetta tai sen kulkua omin silmin.

2.5 Tapausten yhteisiä piirteitä

Ryhmäkeskusteluissa kaikille tapauksille yhteiseksi stressitekijäksi tunnistettiin mahdollisuus säädellä kuormituksen määrää työtilanteessa. Tulkilla ei myöskään ollut mahdollisuutta purkaa tilanteiden aiheuttamaa psyykkistä stressiä.

Lisäksi ryhmäkeskusteluissa sivuttiin paljon työnohjauksen merkitystä ja tarvetta vastaavissa tilanteissa ja todettiin, että kuukausipalkkaisina työskentelevät tulkit ovat toimistojen listoilla freelance-tulkkeina työskenteleviä paremmassa asemassa, joskin myös toimistojen välillä saattaa olla eroja. Pohdintaa herätti, milloin tulkki voi kieltäytyä tulkaamasta, ja miten tämä vaikuttaa tuleviin töihin ja työmahdollisuuksiin. Työn kuormittavuutta lisää eettisten ongelmatilanteiden ennakoimattomuus, jolloin niihin ei voi varautua etukäteen, vaan ratkaisu on tehtävä nopeasti tilanteen samalla edetessä.

3 Traumatisoituminen, sijaistraumatisoituminen ja sijaistraumatisoitumisen ehkäiseminen

Edellisessä luvussa käsitelimme KäTu-työpajassa käsiteltyjä psyykkisesti kuormittavia tapausesimerkkejä. Tässä luvussa tarkastelemme ensin traumatisoitumisen ja sijaistraumatisoitumisen psykofyysistä taustaa ja sijaistraumatisoitumisen tunnusmerkkejä. Lopuksi käsittelemme sijaistraumatisoitumisen ehkäisykeinoja. KäTu-työpajassa näitä asioita eriteltiin sekä alustuksessa että loppuesitelmässä.

3.1 Traumatisoituminen psykofyysisenä ilmiönä

Traumatisoitumisen taustalla on ihmisen mielen psykofyysinen toimintamekanismi. Mieli voidaan kuvata energia- ja informaatiovirtaa säätelevänä ruumiillisena ja relationaalisena prosessina (Siegel 2014). Mieli on vuorovaikutteinen. Se syntyy ja toimii suhteessa toisiin ihmisiin. Toimiva säätely näkyy hyvänä sopeutumisena alati vaihtuviin tilanteisiin. Säätelyn ongelmat taas näkyvät heikentyneenä sopeutumisena, kuten virhetulkintoina ja tilanteeseen huonosti sopivina reaktiona sekä erilaisina psyykkisinä ja ruumiillisina oireina. Mielen säätely on aina sekä itsenäistä että sosiaalista.

Stressi tarkoittaa tilaa, jossa biologinen valpastumisjärjestelmä eli stressijärjestelmä on aktivoitunut ympäristössä tai omassa tilassa havaittujen muutosten, kuten yllättävien, voimakkaiden tai tunnistamattomien ärsykkeiden takia (Sajaniemi ym. 2015). Valpastuminen johtaa nopeaan, automaattiseen arvioon, jossa tilanne tulkitaan jatkumolla turvallinen, vaarallinen tai henkeä uhkaava (Porges 2011). Tulkintaa seuraa reaktio, jossa ihminen joko harkitsee ja punnitsee vaihtoehtoja, etsii turvaa toisista ihmisistä, taistelee, lähtee pakoon tai jähmettyy (esim. Siegel 2012). Stressijärjestelmän toiminta, esimerkiksi sen aktivoitumisherkkyys, riippuu yksilön elämäkokemuksista aina varhaislapsuudesta asti.

Traumatisoituneen henkilön stressijärjestelmä on virittynyt ennakoimaan vaaraa. Tällöin esimerkiksi negatiiviset, uhkaa korostavat tulkinta- ja toimintamekanismit ovat vallitsevia (esim. Siegel 2012). Trauma syntyy normaalista elämäkulusta poikkeavan, hyvin uhkaavan tai katastrofaalisen tapahtuman seurauksena. Käypä hoito -suosituksen (2014) mukaan traumatilanteeseen liittyy oman tai toisen kuoleman tai vakavan loukkaantumisen uhka ja/tai onnettomuuden ja väkivallan seurausten näkeminen useita kertoja. Kun uhkatilanne on sellainen, etteivät taistelu tai pako ole mahdollisia tai ne eivät poista vaaraa, on seurauksena lamaantuminen tai tilanteeseen alistuminen (Punamäki & Ylikomi 2007).

3.2 Sijaistraumatisoitumisen psykofyysinen tausta ja tunnusmerkit

Sijaistraumatisoituminen ja sekundaari traumatisoituminen ovat rinnakkaisia käsitteitä, joilla kuvataan asiakkaan traumaattisten kokemusten negatiivisia vaikutuksia ihmissuhdetyöntekijään. Traumaoireiden lisäksi sijaistraumatisoituneella ihmisellä ilmenee itseä, toisia ihmisiä ja maailmaa koskevien uskomusten negatiivisia muutoksia (kts. esim.

Makadia, Sabin-Farrell & Turpin 2017). Ilmiö liittyy inhimilliseen kykyyn virittyä toisen ihmisen sisäiseen tilaan, kuten tunteisiin, ja kokea ne omassa kehossaan ja mielessään (Rotschild & Rand 2010). Tämän virittymiskyvyn biologisena pohjana pidetään peilisolujärjestelmää, joka aistihavaintoihin pohjaten jäljittelee toisen ihmisen elimistön tilaa ja ohjaa tulkintaa toisen aikomuksista (esim. Siegel 2012; Lehtonen 2011). Toisen ihmisen tilanteen peilaaminen ja siihen asemoituminen on sisäsyntyinen kyky, joka pohjaa elimistön automaattisiin mekanismeihin (de Waal & Preston 2017). Oma ja toisen tunnetta voi olla vaikea erottaa, koska molemmat aistitaan omassa kehossa ja mielessä. Suuri osa toisen ihmisen tunnerekisterin ja sävyjen havainnoinnista tapahtuu myös ilman tietoista havaintoa tai ennen sitä, ja on siten tietoisesta kontrollin ulkopuolella. Tällöin on vaarana, että traumakertomuksen kuuliija jää kantamaan kehossaan heijasteita toisen traumaattisesta kokemusmaailmasta pystymättä käsittelemään niitä tietoisesti (Rotschild & Rand: 2010).

Sijaistraumatisoitumisessa auttajan sisäisessä kokemusmaailmassa siis tapahtuu muutos, joka altistaa hänet sekundääreille traumaperäisille stressioireille. Tämä ilmenee posttraumaattisen stressin oireina, kuten itsepintaisesti ajatuksiin tunkeutuvina mielikuvin ja ajatuksina, välttämisreaktioina ja ylivireytenä. (Makadia, Sabin-Farrell & Turpin 2017). Sijaistraumatisoitunut ihmissuhdetyöntekijä voi masentua tai tuntea epätoivoa, kyynisyyttä tai avuttomuutta. Hän voi myös eristäytyä, ja hänen yhteistyökykynsä saattaa heikentyä. Asiakastilanteissa sijaistraumatisoituminen voi näkyä joko yli- tai alireagoitina ja kyvyttömyytenä noudattaa ammatillisia rajoja ja käytäntöjä. Myös sitoutumattomuus työn tukirakenteisiin ja äärikriittinen suhtautuminen työyhteisössä ovat tyypillisiä oireita. (Baird & Kracen 2006.)

Saarinen ja Katajisto (2003) ovat eritelleet sijaistraumatisoitumiseen viittaavia hälytysmerkkejä. Minäkuvan muuttumiseen liittyvät merkit näkyvät voimakkaana itsekriittisyytenä tai omien kykyjen yliarviointina, häiritseväenä herkistymisenä esim. uutisille sekä häpeän ja syyllisyyden tunteina. Tunteiden käsittelykyvyn heikentymiseen liittyviä merkkejä voivat olla välttely ja turtuminen, lääkkeiden ja alkoholin käyttö tai ylensyönti tai etäinen ja kaavamainen tapa kohdella asiakkaita. Sijaistraumatisoituminen voi näkyä myös niin, että henkilö kokee menettävänsä yhteyden muihin ihmisiin tai pitävänsä yhteyttä merkityksettömänä, ja hänen voi olla vaikea tehdä päätöksiä. Yhteyden katoaminen saattaa näkyä myös itsekeskeisyytenä, totaalisenä työhön uppoutumisena tai vieraantumisenä.

3.3 Sijaistraumatisoitumisen ehkäisy: työnantajan ja työntekijän vastuu

Nissinen (2012) on kirjoittanut kattavasti sijaistraumatisoitumisen riskien tunnistamisesta ja ehkäisystä sekä työyhteisön että yksilön tasoilla. Työyhteisö ja -organisaatio voivat ehkäistä riskejä mm. tarjoamalla työntekijöilleen riittävän koulutuksen ja mahdollisuuden työnohjaukseen, konsultaatioon, purkukeskusteluihin ja kriisiapuun. Kollegojen tuki ja tunne siitä, että työntekijä ei jää ongelmineen yksin, ovat myös tärkeitä. Lisäksi organisaation vastuulla ovat työtä tukevat raamit ja rakenteet, tukea antava johtajuus ja selkeän työroolin määrittäminen. Keskeisiä ovat myös mahdollisuudet keskustella ja vaikuttaa

työhön, avoin ja selkeä työkuultuuri sekä rehellinen ja kannustava palaute. Työn määrää ja laatua pitäisi pystyä säätelemään, niin että runsas trauma-altistus kompensoituisi riittäväällä levolla ja tarpeeksi pitkillä, yhtenäisillä tauoilla. Kaiken perusta on hyvä työterveys-huolto.

Melkein kaikissa tulkkauksen emotionaalista stressiä koskevissa tutkimuksissa sekä tulkit että tutkijat peräänkuuluttavat työnohjauksen tärkeyttä sijaistraumatisoitumisen ehkäisemisessä (ks. esim. Costa 2010). Myös traumakoulutuksella voi olla oireita ehkäisevää merkitystä (Makadia, Sabin-Farrell & Turpin 2017). Koska suurin osa asioimis- ja oikeustulkeista toimii itsenäisinä ammatinharjoittajina, eivät kaikki edellä mainitut organisaation ja työyhteisön tarjoamat toimet kuitenkaan toteudu heidän kohdallaan. Tulkki voi silti vaikuttaa hyvinvointiinsa myös omilla ratkaisuillaan. Omaa työmäärää ja työn jaksotusta voi säädellä itsekin, ja mahdollisesti vaikeita tilanteita voi opetella tunnistamaan ja ennakoidaan sekä säätelemään omaa vireystilaansa niiden aikana. Tärkeää on tietoisuus omasta tilasta ja omista rajoista työtilanteessa sekä työtilanteen etäännyttäminen sen päätyttyä. Sekä fyysiset että henkiset harjoitteet voivat olla avuksi oman työsäätelyn kehittämiseksi. Tulkin olisi hyvä oppia kuuntelemaan ja kunnioittamaan omia tarpeitaan ja varsinkin perustarpeita, joihin kuuluvat riittävä ja hyvänlaatuinen uni ja ravinto, kehon huolto, mielen virkistys ja mielekäs sosiaalinen elämä sekä henkiseen minään kuuluvien maailmankuvan, elämänfilosofian ja arvojen kehittäminen. Tarvittaessa tulkin pitäisi hakea ammatillista hoitoa tai terapiaa ja miettiä, voisiko omia varoja sijoittaa ajoittain ammattiapuun työkyvyn säilyttämiseksi.

3.4 Sijaistraumatisoitumisen ehkäisy: empatian määrän säätely osana tulkin toimijuutta

Alaluvussa 3.2 käsiteltyä toisen ihmisen tilanteeseen ja lähtökohtiin asemoitumista kutsutaan yleisesti empatiaksi. Esimerkiksi kognitiivisessa kielitieteessä (Lakoff & Johnson 1999: 309) empatialla tarkoitetaan kykyä omaksua näkökulma, josta toinen ihminen havaitsee ja kokee maailmaa. Jopa toisen ihmisen tunteiden tunteminen on tällöin mahdollista. Toisaalta nykytutkimuksessa korostetaan myös empatian intersubjektiivista luonnetta, mikä liittyy alaluvussa 3.1 esitettyyn teoriaan mielen interaktiivisesta luonteesta. Empatian intersubjektiivisuutta on käsitelty jonkin verran myös asioimistulkkauksen tutkimuksessa (Merlini & Gatti 2015: 140–142).

Ihmissuhdetyössä liiallinen empatia on riski, sillä se muistuttaa ihmisen omasta haavoittuvuudesta, ja eläytyminen traumaattisiin kokemuksiin voi lisäksi johtaa omien rajojen hämärtymiseen ja uupumukseen. Tällöin auttajan oma sekä psyykkinen että fyysinen hyvinvointi voi olla vaarassa, ja liiallista empatiaa pidetäänkin yleisesti loppuun palamisen ja sijaistraumatisoitumisen syynä (ks. esim. Miller, Stiff & Ellis 1988).

Toisaalta empatia myös palkitsee, koska yhteyden saaminen toiseen ihmiseen on syvästi motivoivaa. Tietynasteinen empatia on ihmissuhdetyössä välttämätöntä, sillä se edistää muun muassa kielenkäytön vivahteiden ja laaja-alaisen merkitysten ymmärtämistä (Bontempo & Malcolm 2012: 109–115; Koskinen 2018; Määttä 2018; Paananen

2018; Viljanmaa 2018). Empatian merkitys korostuu kielellisesti haastavissa tilanteissa kuten lingua franca -tulkkauksessa ja teknisesti haastavissa tilanteissa kuten puhelin- ja videotulkkauksessa, koska viestintä on niissä fyysisen läsnäolon puutteessa erityisen haavoittuvaista (Määttä 2018). Empatian hyödyllisyydestä on myös tutkimusnäyttöä. Niinpä Brunsonin ja Lawrencen (2002) tutkimuksessa havaittiin tulkin myönteisen suhtautumisen vaikuttavan asiakkaan vuorovaikutushalukkuuteen. Bontempon ja Napierin (2011) tutkimuksen mukaan taas tulkin korostunut negatiivisuus korreloi alhaiseksi koetun tulkkauskompetenssin kanssa.

Empatian kokemuksen ja toimintamekanismin ymmärtäminen voi auttaa terveen tasapainon ylläpitämisessä käytännön työssä (ks. esim. Harvey 2003). Tällöin tulkki harjaantuu säätämään empatiansa määrää, mikä voidaan katsoa osaksi tulkin toimijuutta eli mahdollisuutta ja halukkuutta toimia ja vaikuttaa tilanteen kulkuun (Kinnunen 2010: 6). Schwenken (2012) mukaan tulkin alttius sairastua työuupumukseen on pienempi silloin, kun hänen toimijuutensa on vahva. Tällaiseen toimijuuteen kuuluu myös eläytyvä vuorovaikutus. Oikea määrä empatiaa voi itse asiassa lisätä tulkin kokonaisvaltaista toimijuutta, sillä se kehittää hänen kykyään ymmärtää ihmisiä, joita hän työssään kohtaa, ja parantaa siten myös työhyvinvointia. Empatian hyödyllisyyden näkökulmasta tulkkien sijaistraumatisoitumista onkin tutkittu viime vuosina mahdollisuutena henkiseen kasvuun. Splevins ym. (2010) totesivat, että vaikka turvapaikanhakukontekstissa työskennelleet tulkit olivat kokeneet emotionaalista painetta, he myös tunsivat kasvaneensa ihmisinä. Mehus ja Becher (2015) taas havaitsivat, että vaikka tulkkien sijais-traumatisoitumisen taso oli korkea, myös heidän myötätuntotyytyväisyyden (engl. *compassion satisfaction*) tasonsa oli tavallista korkeampi. Myötätuntotyytyväisyyteen kuuluvat esimerkiksi auttamisen tuottama mielihyvä, tunne auttamiskyvystä ja kollegiaalinen tuki (Stamm 2002). Myös realistista tietoisuutta oman työn merkityksestä ja vaikutuksista voidaankin pitää osana tervettä toimijuutta.

4 Lopuksi

Sijaistraumatisoitumisen riskien tunnistaminen on avain riskien ehkäisyyn. Työssäjaksamista ja tulkkaustilanteita edesauttaa, jos tulkki ymmärtää traumatisoitumisen vaikutukset ihmisen käytökseen ja vuorovaikutukseen. Vaikka tulkkeja välittävät yritykset ottavat tulkkauksen psyykkisen kuormittavuuden vakavasti, ei niillä ole resursseja tarjota kaikille tulkeille säännöllistä työnohjausta. Kun freelancer-tulkeilta lisäksi puuttuu perinteinen työyhteisö, jää stressi- ja traumatyö pitkälti tulkin omalle vastuulle. Siksi työhyvinvointin edistämistä pitäisi tehokkaasti opettaa jo tulkkien koulutuksessa.

Työn psyykkinen kuormittavuus on yleinen puheenaihe tulkkien keskuudessa (Määttä 2017). Asia kiinnostaa myös esimerkiksi tulkkauksen ja sosiaalialan opiskelijoita, ja aiheesta onkin tehty paljon opinnäytetöitä. Laajempaa tutkimusta ei Suomessa kuitenkaan ole tehty.

Tässä kirjoituksessa kuvatussa työpajassa yhdistettiin psykologian, käännöstieteen ja yhteiskuntatieteiden ammattilaisten ja tulkkausalan käytännön toimijoiden osaamista. Ongelmalähtöisen oppimisen periaatteen mukaisesti varsinaisen ryhmätyöskentelyn

aineistoksi oli valittu todellisissa tulkkaustilanteissa tapahtuneiden ongelmien kuvauksia. Tuloksena oli toimiva työpaja, jonka osallistujat kokivat voivansa keskustella tulkkauksen psykologisesta kuormittavuudesta ilmapiirissä, jossa heitä ymmärrettiin. Lisäksi osallistujat saivat uutta tietoa erityisesti sijaistraumatisoitumisen perusteista ja käytännön vinkkejä parempaan työhyvinvointiin.

Loppukeskusteluissa ilmeni, että siinä missä trauman mekanismeja tunnetaan aika hyvin, tarvitaan lisää tietoa sijaistraumatisoitumisesta tulkin kannalta ja asioimis- ja oikeustulkkauksen erityispiirteiden tuntemukseen perustuvaa jatkokoulutusta. Eri alojen osaamista yhdistävä tutkimus ja koulutus olisi suotavaa, jotta aiheesta saataisiin mahdollisimman laaja-alainen kuva eri toimijoiden näkökulmasta.

Lähteet

Angelelli, Claudia V. 2004. *Revisiting the Interpreter's Role*. Amsterdam: John Benjamins.

Baird, Katie & Amanda C. Kracen 2006. Vicarious traumatization and secondary traumatic stress: A research synthesis. *Counselling Psychology Quarterly* 19:2, 181–188.

Bontempo, Karen & Jemina Napier 2011. Evaluating Emotional Stability as a Predictor of Interpreter Competence and Aptitude for Interpreting. *Interpreting* 13:1, 85–105.

Bontempo, Karen & Karen Malcolm 2012. An Ounce of Prevention Is Worth a Pound of Cure: Educating Interpreters about the Risk of Vicarious Trauma in Healthcare Settings. Teoksessa: Laurie Swabey & Karen Malcolm (eds.) *In Our Hands: Educating Healthcare Interpreters*. Washington, D.C.: Gallaudet University Press, 105–130.

Bot, Hanneke 2005. Dialogue Interpreting as a Specific Case of Reported Speech. *Interpreting* 7:2, 237–261.

Brunson, Julianne Gold & P. Scott Lawrence 2002. Impact of Sign Language Interpreter and Therapist Moods on Deaf Recipient Mood. *Professional Psychology Research and Practice* 33:6, 576–580.

Costa, Beverley 2010. Mother Tongue or Non-Native Language? Learning from Conversations with Bilingual/Multilingual Therapists about Working with Clients Who Do Not Share Their Native Language. *Journal of Ethnicities and Inequalities in Health and Social Care* 3:1, 15–24.

Gile, Daniel 1995. *Basic Concepts and Models for Interpreter and Translator Training*. Amsterdam: John Benjamins.

Hallintolaki. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030434> [viitattu 5.7.2018].

Harvey, Michael A. 2003. Shielding Yourself from the Perils of Empathy: The Case of Sign Language Interpreters. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education* 8, 207–213.

Kinnunen, Tuija 2010. Agency, Activity and Court Interpreting. Teoksessa: Tuija Kinnunen & Kaisa Koskinen (toim.) *Translators' Agency*. Tampere: Tampere University Press, 126–164. Saatavissa: <http://tampub.uta.fi/handle/10024/65639> [viitattu 12.12.2018].

Koskinen, Kaisa 2018. Ruumiillinen ja affektiivinen pääoma asioimistulkin tunnetyössä. Teoksessa: Kaisa Koskinen, Jaana Vuori & Anni-Kaisa Leminen (toim.) *Asioimistulkkaus. Monikielisen yhteiskunnan arkea*. Tampere: Vastapaino, 157–184.

Käypä hoito -suositus 2014. Traumaperäinen stressihäiriö. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2014. Saatavissa: www.kaypahoito.fi [viitattu 5.7.2018].

Lakoff, George & Mark Johnson 1999. *Philosophy in the Flesh: The Embodied Mind and its Challenge to Western Thought*. New York: Basic Books.

Lehtonen, Johannes 2011. *Tietoisuuden ruumiillisuus. Mieli, aivot ja olemassaolon tunne*. Helsinki: Duodecim & Johannes Lehtonen.

Makadia, Rakhee, Rachel Sabin-Farrell & Graham Turpin 2017. Indirect Exposure to Client Trauma and the Impact on Trainee Clinical Psychologists: Secondary Traumatic Stress or Vicarious Traumatization? *Clinical Psychology & Psychotherapy* 24(5), 1059–1068.

Mehus, Christopher J. & Emily H. Becher 2015. Secondary Traumatic Stress, Burnout, and Compassion Satisfaction in a Sample of Spoken-Language Interpreters. *Traumatology* 22:4, 249–254.

Merlini, Raffaella & Mariadele Gatti 2015. Empathy in Healthcare Interpreting: Going beyond the Notion of Role. *The Interpreters' Newsletter* 20, 139–160.

Miller, Katherine I., James Stiff & Beth Hartman Ellis 1998. Communication and Empathy as Precursors to Burnout among Human Service Workers. *Communication Monographs* 55(3), 250–265.

Morris, Ruth 2011. Images of the Court Interpreter: Professional Identity, Role Definition and Self-image. Teoksessa: Rakefet Sela-Sheffy & Miriam Shlesinger (eds.) *Profession, Identity and Status: Translators and Interpreters as an Occupational Group: Part II: Questions of Role and Identity*. Amsterdam: John Benjamins, 20–40.

Moser-Mercer, Barbara 1985. Screening Potential Interpreters. *Meta* 30:1, 97–100.

Määttä, Simo 2014. Public Service Interpreting with Male Survivors and Alleged Perpetrators of Sexual Violence. Teoksessa: Carmen Valero-Garcés, Bianca Vitalaru & Esperanza Mojica López (eds.) *(Re)considerando ética e ideología en situaciones de conflicto – (Re)visiting Ethics and Ideology in Situations of Conflict*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá, 58–64. Saatavissa: [https://tuhat.helsinki.fi/portal/fi/publications/public-service-inte\(e6e73047-b25b-42ff-b9d8-17df7276ae77\).html](https://tuhat.helsinki.fi/portal/fi/publications/public-service-inte(e6e73047-b25b-42ff-b9d8-17df7276ae77).html) [viitattu 16.12.2018].

Määttä, Simo, Tuija Kinnunen & Veera Rautavuoma 2014. Asioimistulkkauksen toimijuudet. *MikaEL, Kääntämisen ja tulkkauksen tutkimuksen verkkojulkaisu* 8, 89–103. Saatavissa: https://www.sktl.fi/@Bin/533370/M%C3%A4%C3%A4tt%C3%A4_Kinnunen_Rautavuoma_MikaEL2014.pdf [viitattu 16.12.2018].

Määttä, Simo 2017. Community Interpreters in Finland: A Nexus Analysis of a Heterogeneous Community Divided by Ethnicity. Teoksessa: Kristiina Taivalkoski-Shilov, Liisa Tiittula & Maarit Koponen (toim.) *Communities in Translation and Interpreting*. Montréal: Éditions

québécoises de l'œuvre, 183–216. Saatavissa: [https://tuhat.helsinki.fi/portal/fi/publications/community-interpret\(179e3dfc-8a90-49a8-aca5-d04efb8d73f3\).html](https://tuhat.helsinki.fi/portal/fi/publications/community-interpret(179e3dfc-8a90-49a8-aca5-d04efb8d73f3).html) [viitattu 16.12.2018].

Määttä, Simo 2018. Empatia ja asenne lingua franca -tulkkauksessa. Teoksessa: Kaisa Koskinen, Jaana Vuori & Anni-Kaisa Leminen (toim.) *Asioimistulkkaus. Monikielisen yhteiskunnan arkea*. Tampere: Vastapaino, 97–120.

Ndongo-Keller, Justine 2015. Vicarious Trauma and Stress Management. Teoksessa: Holly Mikkelsen & Renée Jourdenais (eds.) *The Routledge Handbook of Interpreting*. New York: Routledge, 337–351.

Nissinen, Leena 2012. *Rajansa kaikella: Miten estää myötätuntuupuminen?* Helsinki: Edita.

Paananen, Jenny 2018. Tulkki yleislääkärin vastaanotolla: tavoitteena potilaskeskeinen, sujuva ja empaattinen keskustelu. Teoksessa: Kaisa Koskinen, Jaana Vuori & Anni-Kaisa Leminen (toim.) *Asioimistulkkaus. Monikielisen yhteiskunnan arkea*. Tampere: Vastapaino, 29–64.

Porges, Steven 2011. *The Polyvagal Theory. Neuropsychological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, Self-Regulation*. New York: W.W. Norton & Company.

Punamäki, Raija-Leena & Riitta Ylikomi 2007. Raiskaustrauma I: Raiskauksen kokeminen altistaa psyykkisille ongelmille. *Suomen Lääkärilehti* 62: 8, 757–761.

Pöchhacker, Franz 2000. The Community Interpreter's Task: Self-Perception and Provider Views. Teoksessa: Roda P. Roberts, Silvana E. Carr, Diana Abraham & Aileen Dufour (eds.) *The Critical Link 2: Interpreters in the Community*. Amsterdam: John Benjamins, 49–65.

Rothschild, Babette & Marjorie L. Rand 2010. *Apua auttajalle. Myötätuntuupumuksen ja sijaistraumatisoitumisen psykofysiologia*. Suomentanut Paula Holländer & Kirsti Kivinen. Helsinki: Traumaterapiakeskus.

Saarinen, Päivi & Jarno Katajisto 2003. Post-traumainternaatit yhteisöjen selviytymisen tukena. Teoksessa: Päivi Saarinen, Hilkka Lahti & Raija Partimaa (toim.) *Matkalla eheäksi ja eläväksi. Traumaterapiakeskuksen loppuraportti 1999–2002*. Oulu: Traumaterapiakeskus, 49–66.

Sajaniemi, Nina, Eira Suhonen, Mari Nislin & Jukka E. Mäkelä 2015. *Stressin säätely: Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Schwenke, Tomina 2012. Sign Language Interpreters and Burnout. *Journal of Interpretation* 20:1, article 7. Saatavissa: <http://digitalcommons.unf.edu/joi/vol20/iss1/7> [viitattu 5.7.2018].

Shlesinger, Yael 2007. Vicarious Traumatization among Interpreters Who Work with Torture Survivors and their Therapists. Teoksessa: Franz Pöchhacker, Arnt Lykke Jakobsen & Inger M. Mees (eds.) *Interpreting Studies and Beyond: A Tribute to Miriam Shlesinger*. Frederiksberg: Samfundslitteratur, 153–172.

Siegel, Daniel J. 2012. *Pocket Guide to Interpersonal Neurobiology. An Integrative Handbook of the Mind*. New York: W.W. Norton & Company.

Siegel, Daniel J. 2014. The Self is Not Defined by the Boundaries of Our Skin. The Mind is not only Embodied but Shaped by Our Relationships as Well. *Psychology Today*. Saatavissa:

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/inspire-rewire/201402/the-self-is-not-defined-the-boundaries-our-skin> [viitattu 3.7.2018].

SKTL 2013. *Asioimistulkin ammattisäännöstö*. Saatavissa: https://www.sktl.fi/@Bin/280271/Asioimistulkin_ammattiss%C3%A4%C3%A4nn%C3%B6st%C3%B6.pdf [viitattu 3.7.2018].

SKTL 2016. *Oikeustulkin ammattisäännöstö*. Saatavissa: <https://www.sktl.fi/@Bin/952493/Oikeustulk.16.pdf> [viitattu 3.7.2018].

Splevins, Katem, Keren Cohen, Stephen Joseph, Craig Murray & Jake Bowley 2010. Vicarious Posttraumatic Growth among Interpreters. *Qualitative Health Research* 20: 12, 1705–1716.

Stamm, Beth Hudnall 2002. Measuring Compassion Satisfaction As Well As Fatigue: Developmental History of the Compassion Satisfaction and Fatigue Test. Teoksessa: Charles R. Figley (ed.) *Treating Compassion Fatigue*. London: Routledge, 107–119.

Valero Garcés, Carmen 2015. The Impact of Emotional and Psychological Factors on Public Service Interpreters: Preliminary Studies. *Translation & Interpreting* 7:3, 90–102.

Viljanmaa, Anu 2018. Inhimillinen tekijä: tunteet asioimistulkin työssä. Teoksessa: Kaisa Koskinen, Jaana Vuori & Anni-Kaisa Leminen (toim.) *Asioimistulkkaus. Monikielisen yhteiskunnan arkea*. Tampere: Vastapaino, 121–156.

de Waal, Frans & Stephanie Preston 2017. Mammalian Empathy: Behavioural Manifestations and Neural Basis. *Nature Reviews Neuroscience* 18(8), 498–509.

Wessling, Dawn M. & Sherry Shaw 2014. Persistent Emotional Extremes and Video Relay Service Interpreters. *Journal of Interpretation* 23:1, article 6.
Saatavissa: <http://digitalcommons.unf.edu/joi/vol23/iss1/6> [viitattu 3.7.2018].

Westermeyer, Joseph 1990. Working with an Interpreter in Psychiatric Treatment. *Journal of Nervous and Mental Disease* 178, 745–749.

Wiegand, Chriss 2000. Role of the Interpreter in the Healing of a Nation: An Emotional View. Teoksessa: Roda P. Roberts, Silvana E. Carr, Diana Abraham & Aideen Dufour (eds.) *The critical Link 2: Interpreters in the Community*. Amsterdam: John Benjamins, 207–218.

Kirjoittajat

Simo Määttä on käännöstieteen apulaisprofessori Helsingin yliopistossa. Hän tutkii kielellisten oikeuksien toteutumista ja viestintäongelmia asioimis- ja oikeustulkauksessa, normista poikkeavan kielenkäytön kääntämistä kaunokirjallisuudessa ja vihapuhetta.
Sähköpostiosoite: simo.maatta (at) helsinki.fi

Riitta Ylikomi on psykologi, traumapsykoterapeutti ja väitöskirjatutkija Tampereen yliopistossa. Hän toimii työnohjaajana ja kouluttajana erityisalueenaan vakavaan traumatisoitumiseen liittyvät ilmiöt työssä. Väitöskirjatyössään hän tutkii vuorovaikutuksen, muistin ja kerronnan ilmiöitä turvapaikkapuhutteluissa.
Sähköpostiosoite: riitta.ylikomi (at) tuni.fi

Eeva Puumala on tutkijatohtori Tampereen yliopistossa. Hänen tutkimuksensa käsittelee toimijuutta ja osallisuutta sekä tiedon muodostuksen dynamiikkaa turvapaikkamenettelyn aikana. Puumala on kiinnostunut myös poliittiseen yhteisöön liittyvistä kysymyksistä ja polarisaatiosta.
Sähköpostiosoite: eeva.puumala (at) tuni.fi